

MEMORIA AÑO 2022

Memoria N° 10



Nuestro
Equipo

Nuestra
Misión

Nuestras
Actividades

Nuestros
Proyectos

Nuestro Equipo



PRESIDENTE

Milagros Tejedor González



SECRETARIO

Luis Paisán Grisóla



TESORERO

Nicolás Pérez Rincón



VOCAL

Juan Isturiz Marquina



VOCAL

*Juan María
Pardavila Herrero*

Colaboradores y Socios

Carta de la Presidente



Cuando pienso en el trabajo que realizan los cuidadores familiares en nuestro país, solo viene a mi cabeza una palabra para ellos, gracias, gracias, gracias.

Vivimos en una sociedad envejecida, y nuestros mayores necesitan ineludiblemente de una atención y cuidados llenos de respeto, cariño y profesionalidad.

Este ha sido desde hace quince años el principal objetivo de nuestra Asociación. Por entonces, la figura del cuidador era desconocida, y nuestra Junta Directiva nos empeñamos en sacar adelante este proyecto formativo que hoy puedo aseguraros ha sido muy valorado en nuestra ciudad y ha dado su fruto. En la actualidad, ya las instituciones exigen una formación específica entre dicho colectivo que está ayudando mucho en el desarrollo de su trabajo. Se estima una cifra de cinco millones de cuidadores en España, que es un número importante de profesionales, que en su mayoría son asalariados.

Nuestro objetivo ha sido y es, atender su formación integral, y teniendo en cuenta que en su mayoría se trata de población emigrante latino americana, cuidamos su incorporación a nuestro modo de vida, adaptándose a nuestras costumbres, para ayudarles a sentirse en casa, ya que después de una emigración difícil llegan ávidos de conseguir un trabajo que les permita vivir dignamente sin sentir mucha nostalgia de su país, y deseando que en un plazo más corto que largo puedan reagruparse con sus familias.

Intentamos formarles ampliamente, y también cuidamos su descanso, ya que en general todos los cuidadores tienen tareas muy largas, y nosotros hemos tenido en nuestra agenda el lema de "CUIDAR AL CUIDADOR" y procuramos cumplirlo.

Esta ha sido nuestra tarea un año más.

Nuestra Misión

Profesionalidad

Formar mediante seminarios, cursos y talleres, a todas las personas que deseen participar en las actividades que organizamos.



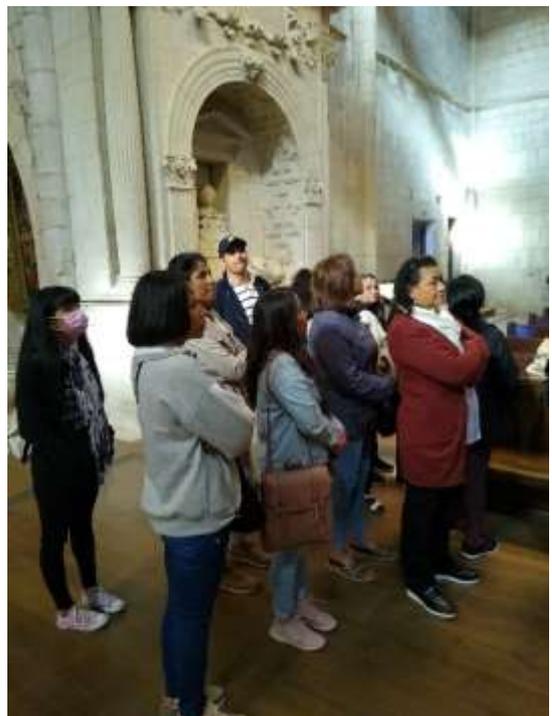
Apoyo a la Familia

Prestar apoyo a las familias que deseen beneficiarse de nuestros programas



Promover y fortalecer la figura del Cuidador

Contribuir a la autoestima y formación del cuidador familiar, apoyar su actividad, fomentar el autocuidado y facilitar su trabajo y necesario descanso.



Nuestras Actividades

Seminarios

A lo largo del año, se realizaron dos seminarios teórico – prácticos de geriatría. El primero, realizado en los meses de mayo y junio, tuvo el título: “El primer paso es decir que puedes”.

El segundo, realizado en los meses de octubre y noviembre, se tituló: “Formación, siempre ayuda a crecer”.

Para cada uno de ellos se escogieron cinco ponentes, médicos de reconocido prestigio y personas con distintas especialidades: Dr. José Egido Arroyo, médico de medicina familiar comunitaria de Ermua; Dra. Esperanza Montero Aparicio, internista hospital de Eibar; Iker Santos Pérez, enfermero hospital Eibar; Dr. Eduardo Alegría Ezquerro cardiólogo, Policlínica Gipuzkoa; Dr. Iván Antón Rodrigo, geriatra hospital de Eibar; Dr. Gustavo Cilla Eguíluz, jefe de servicio de microbiología del Hospital Universitario de San Sebastián; Dr. Joaquín Belzunegui Otano, jefe de reumatología del hospital de San Sebastián; D. Pablo H. Goenaga, farmacéutico y nutricionista; Dr. Alberto Perez Mediavilla, vicedecano de la facultad de ciencias de la Universidad de Navarra; Dra. Gemma Garmendia, especialista en otorrinolaringología; D. Javier Martínez Ormazabal, fisioterapeuta.

Para obtener los correspondientes títulos, los alumnos cumplieron una asistencia obligada de veinte horas lectivas y realizar trabajos sobre cada una de las sesiones que fueron evaluados por los doctores de la Asociación.

A los alumnos se les ofrece la oportunidad de realizar prácticas en distintos centros asistenciales: Cruz Roja, Fundación Matía, Hermano Gárate y visitar el centro de material ortopédico “Sumisan”, donde les explican el funcionamiento de los aparatos y las novedades que van surgiendo para hacer la vida más fácil a las personas dependientes.

En ambos seminarios asistieron 80 personas, (68 mujeres y 12 hombres, 5 españoles y 75 extranjeros).



Cursos

Ante la necesidad de nuestros cuidadores de conseguir la Nacionalidad Española, ya que la mayoría son extranjeros, hemos continuado con el curso sobre cómo obtener dicha nacionalidad. Muchos de ellos no pudieron examinarse por no llevar en España el tiempo necesario.

Asistieron 31 personas, (20 mujeres y 11 hombres) de los cuales 5 aprobaron el examen.

Dentro de la importancia que, en nuestra Asociación, se da al voluntariado, hemos organizado un curso de nuevas tecnologías, con la colaboración de los estudiantes de Tecnun Escuela de Ingeniería, con sede en San Sebastián, que ha tenido un gran éxito. Cada participante del curso tenía a su disposición un ordenador y atención personalizada.

En octubre empezamos un curso de formación integral. La idea surgió por la necesidad de formación, así como para que amplíen los conocimientos de nuestro entorno y lleguen a conocer mejor su país de acogida y su cultura y costumbres.

Este es el detalle del curso que se está impartiendo:

- Antropología de la persona humana en el siglo XXI.
- Normativa sobre extranjería: derechos y deberes.
- Geografía del entorno de España y Europa.
- Modos, modas y modales: adaptación a nuestro entorno con conocimiento de nuestra civilización y cultura.
- Tecnologías para mejorar la calidad de vida del mayor.

Por su larga duración se impartirá durante dos periodos, al igual que el curso académico.

El número de asistentes es de treinta participantes.



Talleres Mensuales

Cada tercer martes de mes, por las tardes, organizamos un taller específico de temas relacionados con el cuidado y el desarrollo de la persona humana, que son de mucha utilidad para la formación de la persona. Pudimos contar con la presencia de varios especialistas, entre ellos abogados, psicólogos, y directores del Caixa Bank, pensados específicamente para la atención de los cuidadores. En estos talleres incluimos también cine fórum que resulta didáctico y atractivo por el debate que se hace después en torno a la película.

En este año hemos atendido más que 166 personas.



Talleres semanales

Es una actividad que se desarrolla con una frecuencia semanal. Estas sesiones de trabajo tienen una muy buena asistencia, aunque constatamos, a veces, hay falta de continuidad de las personas asistentes. En ella trabajamos en diferentes grupos temas personales y de adaptación a nuestro país. Las personas llegan muy solas, muy necesitadas y con falta de horizontes. No vamos a detallar todos los temas tratados que son muchos porque constan en nuestros archivos.

Pudimos atender alrededor de 10 personas de media en cada sesión.



Talleres de cocina

A petición de muchos de nuestros cuidadores, hemos celebrado varias sesiones de cocina. Las sesiones se imparten en la sociedad KRESALA.

En estos ratos muy agradables nuestros cuidadores pueden aprender cómo atender con calidad a sus mayores alimentándoles de manera adecuada para su edad y teniendo en cuenta la dieta que tengan pautada. Como la gran mayoría de nuestros cuidadores son extranjeros también se les enseña la cocina tradicional y típicas recetas de fiesta. Después de preparar los platos se degustan entre todos. Esta actividad está siempre muy bien recibida por nuestros cuidadores y es un rato agradable para aprender y disfrutar de la cocina.

En cada taller tuvimos alrededor de 25 participantes.



Formación Continuada

La atención personalizada es y será nuestra prioridad. Dedicamos gran parte de nuestro tiempo a la escucha y a la superación individualizada y personal. De esta manera las personas llegan a adaptarse a nuestro entorno más fácilmente. Gracias a esta preparación muchos donostiarra se ponen en contacto con nosotros para solicitar un cuidador, preparado y con el sentido de responsabilidad y sí, podemos aseverar, que el año 2022 hemos ayudado a encontrar trabajo a muchos de nuestros cuidadores.



Celebración de Navidad

Como cada año celebramos la Navidad. Después de una charla se hace un sorteo de cestas navideñas, donadas por un Club Juvenil de la ciudad, que se entregan a los cuidadores agraciados. Comimos los turrones y tuvimos un rato de conversación que siempre resulta muy divertida, contando costumbres de los diferentes países de procedencia de nuestros alumnos.

Asistieron 42 personas.



Algunos eventos

- Curso para la gestión de justificación de subvenciones "organizado por el Ayuntamiento de San Sebastián
- Asamblea General Anual
- Maite asiste a la invitación del Ayuntamiento, que presenta el Plan General para el presente año.
- Visita a Lourdes Txiki.
- Milagros participó en el programa de radio RNE "No es un día cualquiera".
- Reunión con Ainhoa Arrillaga y Amaia Ansa Grijalbo encargadas del voluntariado de la Fundación Matía.
- Milagros presenta una comunicación en la jornada titulada " Aspectos sociales a tener en cuenta en la cultura paliativa" organizada por la Facultad de Farmacia de Vitoria.
- Día del Cuidador. Hemos organizado una excursión a Vitoria
- Milagros y Juan Isturiz participan en un programa de radio en Onda Cero.
- A lo largo del año, en la sociedad gastronómica Kresala seguimos impartiendo varios talleres de cocina. Terminamos en diciembre con un menú típicamente navideño.



Voluntariado y proyecto de acompañamiento en la soledad

Como otras veces hemos comentado, nuestro segundo proyecto es la atención y acompañamiento a personas solas. Antes de la crisis provocada por el coronavirus funcionaba relativamente bien, asistiendo a personas en diferentes residencias de la tercera edad de nuestra ciudad. A partir de ese momento todo son dificultades para sacarlo adelante, pues tenemos muchas restricciones y no se puede acudir a los centros. Aún así, un grupo de niños, con una monitora de nuestra Asociación han acudido a cantar villancicos con los mayores a las residencias de Hermano Gárate y Zorroaga. También acudieron a tocar la tamborrada.

No obstante, para nosotros sigue siendo una prioridad importante, primero, porque hay muchas personas esperando compartir unas palabras o recibir una llamada, una atención o una visita, para poder charlar amigablemente.

A este proyecto hay que darle prioridad porque tenemos que ayudar a hacer una sociedad más feliz y, con un poco de esfuerzo, se puede conseguir.



Comunicación



2
SESIÓN

ASPECTOS SOCIALES Y CULTURALES A TENER EN CUENTA.

28 de septiembre 2022 (miércoles).

A ASPECTOS ÉTICOS EN EL FINAL DE LA VIDA.

Ponentes:
Jacinto Bátiz, Director del Instituto para Cuidar Mejor, Hospital San Juan de Dios de Santurce-Vizcaya.
Asun Cantera, Profesora de la UPV/EHU, Vocal comité de ética CEISH.

B PAPEL DE LA FAMILIA, Y DEL ENTORNO SOCIAL.

Ponente: Raúl Espada, Trabajador social ASCUDEAN (Asociación de familias cuidadoras y personas dependientes).

C LOS CUIDADORES/AS PROFESIONALES CLAVE EN SITUACIONES DE DEPENDENCIA.

Ponente: Milagros Tejedor, Presidenta de la Asociación Pro. Para el Cuidador/a Familiar APCF.

Mesa redonda

'Aspectos sociales en la cultura paliativa'

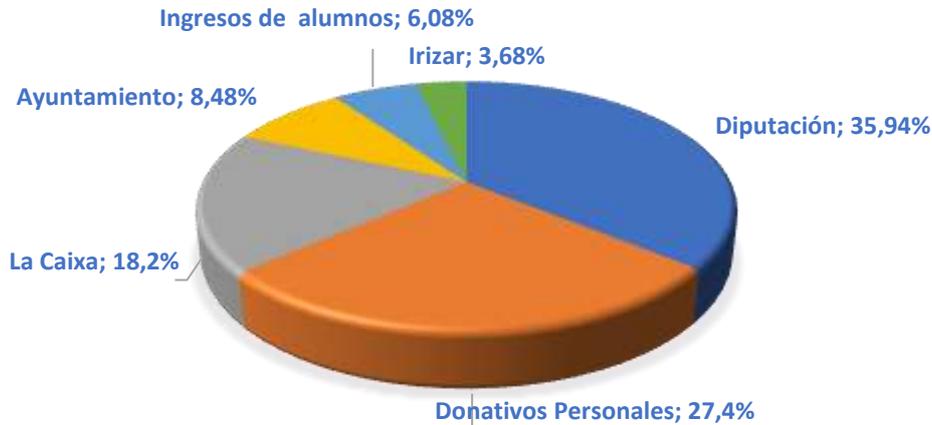
15.45 Facultad de Farmacia (Paseo de la Universidad, 7. Vitoria)

Jacinto Bátiz, médico del Hospital San Juan de Dios de Santurtzi, y Asun Cantera, profesora de la UPV/EHU y miembro del Comité de Ética para las Investigaciones relacionadas con Seres Humanos, hablarán sobre los aspectos éticos en el final de la vida. Raúl Espada, trabajador social en ASCUDEAN, tratará el papel de la familia y del entorno social en este momento vital y finalizará la jornada Milagros Tejedor, presidenta de la Asociación Pro Cuidador Profesional, que disertará sobre el papel de los cuidadores en situaciones de dependencia. Entrada libre.

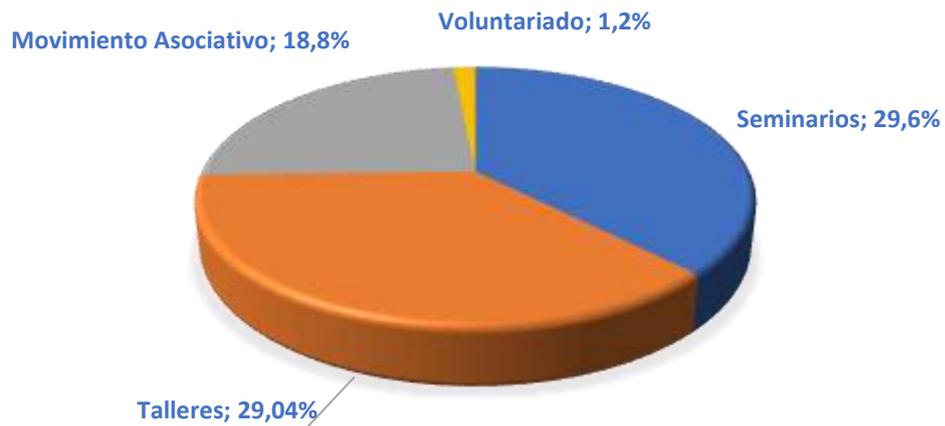


Distribución de ingresos y gastos 2022

INGRESOS 2022%



GASTOS 2022%



Nuestros Patrocinadores



